

බුද්ධානශාසනය (බුදුරදුන්ගේ අනුශාසනය)

බුදුරජාණන් වහන්සේ පුරා වසර 45ක් තිස්සේ ලොව දේශනා කළ සියලු දහම් කරුණු එක ගාථාවක් තුළ අන්තර්ගත කොට ඇත. එනම්,

*සබ්බපාපස්ස අකරණං කුසලස්ස උපසම්පදා,
සචිත්තපරියෝ දපනං එතං බුද්ධානශාසනං.*

සියලු පව් නොකිරීමත් කුසල් වැඩීමත් සිත පිරිසිදු කිරීමත් යන අනුශාසනය බුදුරදුන්ගේ දේශනාවේ මූලික හරයයි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ලොවට දේශනා කළේ දුකින් නිදහස් වීමේ මාවතයි. එනම් සිතට දුක් නොඑන ලෙස ජීවත් වීමේ ක්‍රමයයි. වඩාත් සතුටින් ලොව ජීවත් වීමේ ආකාරයයි. බොහෝ දෙනෙකුගේ ආකල්පය ධන ධාන්‍ය නැති වුවොත් ඤාති මිත්‍රාදීන් නැති වුවොත් ඉතා අලංකාර ශරීරයක් නැති වුවොත් එයින් දුක් පැමිණෙන බවයි. මේ සියල්ල ලැබූ බොහෝ දෙනා සැබෑ ලෙස සතුටින් ජීවත් වනවාද යන්න සමාජය දෙස නුවණින් බැලූව හොත් වටහා ගත හැක. ඊට පිළිතුර නම් 'නැත' යන්නයි. සියලු සම්පත් ලැබුව ද අපේ සිත අපිරිසිදු නම් සිතට නැගෙන්නේ රාග, ද්වේශ, මාන, ඊර්ෂ්‍යාදී අපිරිසිදු සිතිවිලි නම් අප ලැබූ සියලු භෞතික සම්පත්වල සතුට අපට අහිමි වනු ඇත. එම නිසා තමන් දුක් විඳිනවා ද සැප විඳිනවා ද යන්න තීරණය වන්නේ තමන් සිතන ආකාරය අනුවයි.

තමන් අතින් සිදු වූ වැරදි අඩුපාඩුකම්, තමන්ට සිදු කිරීමට නොහැකි වූ හොඳ දේ, අන් අයගේ අගුණ දුර්වලකම්, අන් අයගේ අතපසුවීම් - වැරදි ආදිය අප සිතට නිතර නැගෙන්නේ නම් අප ජීවත් වන්නේ එම සිතිවිලි සමගයි. එම සිතිවිලි සමග ජීවත් වන විට සිතෙහි ප්‍රසන්න බව, ලස්සන බව නැති වී යයි. එවිට අප ජීවත් වන්නේ දුකසේ ය. එබඳු තත්ත්වයක් මත අප ලබා ඇති සියලු භෞතික සම්පත් නිෂ්ඵල වනු ඇත.

බුදුදහමට අනුව යමකුගේ ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය සඳහා මූලික වශයෙන් අධ්‍යාපනය (Education), ධනය (Wealth), නිරෝගීබව (Health), හා සුවර්තවත් (Moral life) බව අවශ්‍ය වේ. සාර්ථක ගෘහස්ථ ජීවිතයක් ගත කිරීමේ දී මෙම අංග ඉතා වැදගත් වේ. අධ්‍යාපනය ලැබීමේ දී හුදෙක් රැකියාවක් කිරීම සඳහා පමණක් නොව ඉන් සමාජයට මෙහෙවරක් කළ හැකි තමාට පින් සිදු කළ හැකි අධ්‍යාපනයක් ලැබීම වඩාත් වැදගත් වේ. එලෙස ලබන ලද අධ්‍යාපනයෙන් දැනුම්ව ධනය ඉපයීම අවශ්‍ය වේ. තමන් දැනේ වීරියෙන් උත්සාහයෙන් ඉපයූ ධනයෙන් තමාත් තෘප්තිමත් වන අතර තම මවිපිය දුදරු ඤාතීන් ද ඉන් සතුටට පත් කිරීම ධනයෙන් ලබන ප්‍රයෝජනයයි. ඒ අතර යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදුවලින් යුතු නිරෝගී සම්පන්න ජීවිතයක් ගත කිරීම ද වැදගත් වේ. එපමණක් නොව තම චරිතය මැනවින් හසුරුවා ගෙන සමාජගත ජීවිතයේ මෙන් ම ගෘහස්ථ ජීවිතයේ දී සුවර්තවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම ද අත්‍යවශ්‍ය කරුණකි. අධ්‍යාපනයෙන්, ධනයෙන්, නිරෝගීභාවයෙන් ශක්තිමයත් වුව ද තම චරිතයට හානියක් සිදු කර ගත හොත් එය තමාට බෙහෙවින් අවාසිදායක ය.

ඉහත කරුණු සතර තිබීම පමණක් යමකුගේ ජීවිතයේ නියම සාර්ථකත්වය ලෙස බුදුසමය නොසලකයි. ඒවා සම්පූර්ණ වුව ද අප සිතට නැගෙන චිත්ත පීඩා අවසන් නොවේ. එබැවින් තවදුරටත් අප ක්‍රියා කළ යුතු ව ඇත. විශේෂයෙන් සියලු පව් නොකිරීම (සබ්බපාපස්ස අකරණං) යන බුදුවදනට අනුව තමාටත් අනුන්ටත් හානිදායී වන අයහපතින්, පාපයන්ගෙන් හැකිතාක් දුරට තම සිත මුදවා ගත යුතු ය. රාගය, ද්වේශය, ඊර්ෂ්‍යාව, පළිගැනීම, එකට එක කිරීම ආදිය සිදු නොවන අයුරින් තම සිත නිතර රැක ගත යුතු ය. එවැනි සිතිවිලි පැමිණි විට අප සිතට කිසිදු සහනයක් සතුටක් නැත. එම නිසා යමෙක් තම ජීවිතයෙහි සතුට අපේක්ෂා කරන්නේ නම් එම අයහපත් සිතිවිලි සිතට නොනැගෙන පරිදි නිතර සතිමත් ව කල් ගත කළ යුතු ව ඇත. ධර්ම ශ්‍රවණයෙහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් කම්මස්සකතා සම්මාදිට්ඨිය උපදවාගත් කර්මය හා කර්මඵල පිළිබඳ විශ්වාසය ඇති නුවණැති තැනැත්තා අයහපත් කර්ම තුළින් අයහපත් විපාක විඳීමට කිසිසේත් කැමැති නොවේ. ඒ නිසා ඔහු නුවණැත්තන් විසින් නිග්‍රහ කරන අයහපතින් හැකිතාක් නිදහස් ව කටයුතු සිදු කරයි.

සතුටින් ජීවත්වීම සඳහා එක් අතකින් අකුසලයෙන් පාපයෙන් දුරු විය යුතුවාක් මෙන් ම අනික් අතින් හැකිතාක් දුරට දාන, සීල, භාවනා යන ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය (කුසල) කර්මයන්හි යෙදිය යුතු ය (කුසලස්ස උපසම්පදා). තම ජීවිතය තුළ තම මවිපියන්, අසරණ අය, රෝගී අය, පුජ්‍ය පක්ෂය වෙනුවෙන් තමන් ඉපැයූ ධනය පිරිසිදු සිතින් පරිත්‍යාග කළ පමණට ඒ ගැන සිතට නැගෙන විට තමාට ඇති වන්නේ නිරාමිස සුවයකි. එබැවින් දානය ප්‍රධාන පිංකමක් ලෙස බුදුසමයෙහි දක්වා තිබේ. දන් දෙන්නා උදාර සතුටක් අත්විඳින බව දක්වා තිබේ. ඒ අතර හැකිතාක් තම කය වචනය සංවර කර ගනිමින් සිල්වත් ජීවිතයක් ගත කිරීම ද අවශ්‍ය කෙරේ. තමන් අතින් වැරදි අඩුපාඩු සිදු වුවහොත් එමගින් තමාට ම මහත් විත්තපීඩාවක් පැමිණෙන හෙයින් හැකිතාක් එවැනි දෙයින් දුරුව ජීවත් වීමට උත්සාහ ගත යුතු ය. ඒ අතර නිතර මෙම ත්‍රි භාවනාව වැනි භාවනාවක් ප්‍රගුණ කළ යුතු ය. අප නිතර භාවනා අරමුණක සිත පවත්වා ගැනීමට දක්ෂ වුවහොත් අපට අන් කුමන දෙයකින් විත්ත පීඩාවක් ඇති වුවත් ඒ බොහොමයක් දුරු කර ගනිමින් මානසික තෘප්තියකින් ජීවත් වීමට අවස්ථාව උදාවේ. විශේෂයෙන් මෙම ත්‍රි භාවනාව වැඩිමෙන් එදිනෙදා ජීවිතයෙහි අන් අය සමග ඇති වන විත්ත පීඩා රැසකින් නිදහස්ව සිත ආරක්ෂා කර ගැනීමේ අවස්ථා උදාවේ.

දානාදි ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියා තුළින් ජීවිතය සරුකර ගත් තැනැත්තා එපමණකින් නොනවතී. ඊට හේතුව එම පින්කම්වල ඉෂ්ට විපාක වශයෙන් කිසියම් ප්‍රමාණයකට දුකින් නිදහස් විය හැකි වුවත් තම ජීවිතයට එළඹෙන ජරා, ව්‍යාධි, ප්‍රිය විප්‍රයෝග, අප්‍රිය සම්ප්‍රයෝග ආදී අනෙකුත් දුක්වලින් නිදහස්වීමට එය ප්‍රමාණවත් නොවන බැවිනි. ඒ සඳහා හේතුවන වතුසච්ච සම්මා දිට්ඨිය පදනම් කොටගත් හේතුවල දහම (පටිච්ච සමුප්පාද) පදනම් කොටගත් අනිත්‍යතාව වටහා ගැනීම වූ උත්සාහයක නිරත වෙයි. මිනිස් ලොව උපත ලද පුණ්‍යවත්ත බුද්ධිමත් මනුෂ්‍යයකුගේ උත්තම ජීවිත අභිලාශය විය යුත්තේ පටිච්ච සමුප්පාද අවබෝධය තුළින් අනිත්‍යතාව පිළිබඳ නුවණ ලබා දුක ඇතිවීම හා නැතිවීම පිළිබඳ සිද්ධාන්තය මැනවින් ප්‍රත්‍යක්ෂ කර ගෙන හැකිතාක් දුකින් නිදහස් විය හැකි විත්තනයක නිතර නියුක්තවීමයි.

අප ලෝකය පිළිබඳ කිසියම් අවබෝධයක් අත්දැකීමක් ලබන්නේ ඇස, කන, නාසය, දිව, කය, මනස යන ඉන්ද්‍රියවලට රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ඵොට්ඨබ්භ, ධම්ම යන අරමුණු එක්වීමෙන් හටගන්නා දැනුමෙනි. මෙහි දී එක් වරෙක එක ඉන්ද්‍රියක් පමණක් ක්‍රියාත්මක වන අතර එම අත්දැකීම ද ක්ෂණයකින් හටගෙන එම මොහොතෙහි ම නිරුද්ධ වන අතීතයෙන් වර්තමානයට නොපැමිණෙන වර්තමානයෙන් අනාගතයට නොයන ස්වභාවයෙන් යුක්ත වූවකි. හැම මොහොතක ම හටගෙන නිරුද්ධ වන ස්වභාවයෙන් යුත් අත්දැකීම අප ස්ථිර දෙයක් ලෙස සැප වුවක් ලෙස ආත්ම වූවක් ලෙස මනසෙහි තැන්පත් කර ගනී. එහි ප්‍රතිඵලය වන්නේ ඉන්ද්‍රිය මගින් ගත් එම අරමුණු තමන් කැමැති ලෙස නොපවත්නා විට ඒවා වෙනස් වන විට දුකට සන්තාපයට පත්වීමයි. එසේ වන්නේ අප ලැබූ අත්දැකීමෙහි පවත්නා වරදින් නොව අප එම අරමුණු තමාගේ කර ගැනීමේ වරදිනි. එමනිසා දුකින් නිදහස් වීමට නොවරදින සැබෑ මග පැහැදිලි කරන බුදුදහමින් අපට මග පෙන්වන්නේ අප ඉන්ද්‍රිය මගින් ගන්නා අරමුණුවල යථා ස්වභාවය පැහැදිලි කොට එම අරමුණුවලට යථා ස්වභාවය ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් දකින ලෙස අපගේ විත්තනය මෙහෙයවීමයි.

‘සචින්තපරියොදපනං’ යනුවෙන් සිත පිරිසිදු කර ගැනීම ලෙස බුදුදහමෙහි දැක්වෙන්නේ සමථ භාවනාවෙන් සිතෙහි රාගා ද්වේශාදී සිතිවිලි සමනය කොට විදර්ශනා නුවණ හෙවත් ඉහත සඳහන් පරිදි හටගැනීම් නිරුද්ධවීම් පිළිබඳ නුවණ යළි යළි දියුණු වන ලෙස තම සිත මෙහෙයවීමයි. එමගින් සිතට නැගෙන ලෝභ, ද්වේශ ආදී අකුසල සිතිවිලි ක්‍රමයෙන් දුරුවෙමින් බාහිර අරමුණුවලින් සිත කිලිටි කළ නොහැකි මට්ටමට ක්‍රමයෙන් සිත පිරිසිදු වේ. එවිට බාහිර කිසිදු අරමුණක ඇලීමක් හෝ ගැටීමක් සිදු නොවන අතර ලාභ, අලාභ, යස, අයස, නින්දා, ප්‍රසංසා, සැප, දුක් අබියස කම්පාවට පත් නොවන ශෝක නොකරන (අකම්පිත) සිතක් ඇති කර ගනිමින් සම්පූර්ණයෙන් දුකින් නිදහස් වීමේ මානසිකත්වයකට ක්‍රමයෙන් පත් වේ. බුදුරදුන් අප කෙරෙහි කරුණාවෙන් මග පෙන්වන්නේ මෙලෙස පාපයෙන් බැහැර ව කුසල් වඩා සිත පිරිසිදු කර ගැනීමේ මාවතයි. එම මගෙහි අප්‍රමාදීව ගමන් කිරීම බුද්ධිමත් සියලු මනුෂ්‍යයන්ගේ උසස් ම ජීවිත අභිලාසය විය යුතු ය.